



ΠΟΛΙΤΕΙΑ

ΠΑΠΑΓΟΥ-ΧΟΛΑΡΓΟΥ

ΤΕΥΧΟΣ 134

Ιανουάριος - Φεβρουάριος 2024

Η ΓΝΩΜΗ

Τι γίνεται στην οδό Ζακυνθινού και πέριξ αυτής;



Δημήτρης Οικονόμου
Χειρουργός Οδοντίατρος
Επικεφαλής
"Σύγχρονη Πολιτεία
Παπάγου-Χολαργού"
dimis.oikonomou@gmail.com

Το έργο ανάπλασης της οδού Ζακυνθινού για άρση επικινδυνότητας, περιλαμβάνει παρεμβάσεις στις οδούς Ζακυνθινού-Πίνδου-Αργυροκάστρου-Ελλησπόντου-Ιωνίας-Στρ.Παπάγου και Κύπρου, με συνολικό κόστος κατασκευής 884.891,54 ευρώ, που προέρχεται από το ταμείο ανάκαμψης της Ευρωπαϊκής ένωσης.

Ειδικότερα για την οδό Νευροκοπίου, τα έργα σήμερα βαίνουν προς ολοκλήρωση, το οδόστρωμα μειώνεται από 9 σε 3,5 μέτρα(!), ενώ τα πεζοδρόμια αυξάνονται σε πλάτος κατά 2 μέτρα στην αριστερή πλευρά. Προβλέπεται επίσης η δημιουργία ποδηλατοδρόμου, πλάτους 1,50μ, στη δεξιά πλευρά του δρόμου.

Τα ερωτήματα που προκύπτουν, είναι αν έχουν αξιολογηθεί σοβαρά τα τοπικά κυκλοφοριακά προβλήματα και οι τοπικές ανάγκες στάθμευσης καθώς και αν κατασκευαστικά φτιάχνονται σωστά δρόμος και πεζοδρόμια...

Συνέχεια στη Σελ. 7

Πώς είναι ο Χολαργός το 2024;



Η δημοτική αρχή παρέδωσε και παρέλαβε μετά από εννέα χρόνια διοίκησης την κοινότητα του Χολαργού σε αξιοθρήνητη κατάσταση. Ο Χολαργός μετά από 9 χρόνια διοίκησης της πα-

ρούσας αρχής είναι μια πόλη αφιλόξενη, μια πόλη μίζερη που δυσκολεύει την καθημερινότητα των κατοίκων και σε καμία περίπτωση δεν ανταποκρίνεται στις ανάγκες των δημοτών.

και θρυμματισμένο οδόστρωμα είναι τα καθημερινά εμπόδια που καλείται να αντιμετωπίσει ο δημότης ως οδηγός ή πεζός.

Συνέχεια στην Σελίδα 9

Σχεδόν ολόκληρο το οδικό δίκτυο είναι προβληματικό! Λακούβες, μπαλώματα, αυλάκια, χαντάκια, ρυάκια, ραγισμένο



Η παιδεία ξεκινάει από το σπίτι
Της Γεωργίας Βλαζάκη Σελ. 13

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΕΡΚΙΔΑ
Της Μαρίας Βραχνέλη Σελ. 15

**Σεβασμός στο παρελθόν
όραμα για το μέλλον**
Της Βασιλείας Ανδρακάκου Σελ. 13

Σελ. 6

Έγκαιρη μέριμνα για δημιουργική απασχόληση των παιδιών του Δήμου μας κατά τους θερινούς μήνες
Της Χριστίνας Κωτσαρίδου

Σελ. 11

Η επιτακτική ανάγκη για συνεργασία και ολιστικές προσεγγίσεις στην Τοπική Αυτοδιοίκηση
Της Μαργαρίτας Μανιάτη




Γαλακτομπούρεκο κανταΐφι
με βούτυρο γάλακτος Μυτιλήνης

ΜΟΣΧΑΤΟ | ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ | ΧΟΛΑΡΓΟΣ | ΜΑΡΟΥΣΙ | ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ | ΠΕΙΡΑΙΑΣ | ΣΥΓΓΡΟΥ | ΛΑΡΙΣΑ | ΙΛΙΣΙΑ

ΦΟΥΡΝΟΣ | ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ | ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ | GELATERIA | ΒΑΚΑΛΙ DELI | ΚΑΦΕΣ

 JOIN US



WWW.BREADFACTORY.GR



BREADFACTORYGR



BREAD FACTORY



BREADFACTORYGR



Ο Χειρουργός Οδοντίατρος Δημήτρης Οικονόμου σας ενημερώνει



ΟΔΟΝΤΙΚΑ ΕΜΦΥΤΕΥΜΑΤΑ ΟΛΑ ΟΣΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΩ

Τα οδοντικά εμφυτεύματα αφορούν όλες τις ηλικίες;

Ναι. Δεν υπάρχει κανένας περιορισμός, αρκεί να το επιτρέπει το ιατρικό ιστορικό, και η κατάσταση του οστού των γνάθων του ασθενούς.

Το κόστος τους είναι υψηλό;

Όχι! Δεδομένου του μεγάλου χρόνου ζωής των εμφυτευμάτων και της οριστικής επίλυσης των προβλημάτων μάσησης, ομιλίας και εμφάνισης, είναι οικονομικά! Εξάλλου, σε περίπτωση άλλης οδοντικής εργασίας, υπάρχει η περίπτωση επανάληψης της εργασίας μια και δυο φορές, με το συνολικό κόστος να αυξάνεται.

Σε πόσο χρόνο γίνεται η τοποθέτησή ενός εμφυτεύματος;

Σε λιγότερο από πέντε λεπτά για κάθε εμφύτευμα! Η επέμβαση είναι επίπονη; Είναι τελείως ανώδυνη και γίνεται με απλή τοπική αναισθησία.

Σε πόσο χρόνο μετά την εφαρμογή τους βάζουμε τα δόντια μας;

Μέσα σε διάστημα τριών-τεσσάρων μηνών, η όλη εργασία μας έχει ολοκληρωθεί και έχουμε τα καινούργια δόντια μας.

Πάνω στα εμφυτεύματα μπορεί να τοποθετηθεί οδοντοστοιχία;

Βεβαίως. Αποτελεί μια εναλλακτική λύση σε περιπτώσεις που δεν είναι δυνατή η τοποθέτηση γέφυρας, λόγω ανατομικών ή άλλων περιορισμών.

Μπορούμε την ίδια μέρα να βάλουμε εμφυτεύματα και δόντια;

Ναι μπορούμε. Υπάρχει η δυνατότητα, εφόσον ενδείκνυται η περίπτωση μας, να έχουμε την ίδια ημέρα τα δόντια μας.

Υπάρχει περίπτωση ο οργανισμός μας να μη δεχθεί το εμφύτευμα;

Όχι. Δεδομένου ότι έχουν τηρηθεί και εφαρμοστεί αυστηρά όλες οι προϋποθέσεις και τα πρωτοκόλλα.

Τι θα πρέπει να προσέχω μετά την αποκατάσταση;

Είναι απαραίτητη η καθημερινή φροντίδα και προσοχή των δοντιών μας καθώς και οι τακτικές επισκέψεις στο ιατρείο, για να διατηρηθεί για δεκαετίες η εργασία μας.

Μπιζανίου 4, Παπάγου Τηλ.: 6977454074 - 210 65 44 837

ΣΥΓΧΡΟΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΑΠΟΤΑΜΙΕΥΣΗΣ



Γράφει ο
**Απόστολος
 Σουλιώτης,**
 Διακεκριμένος
 Ασφαλιστικός
 Σύμβουλος
 NN Hellas

Το πρώτο πράγμα που έρχεται στο μυαλό μας όταν σκεφτόμαστε πώς μπορούμε να συγκεντρώσουμε ένα κεφάλαιο για την επίτευξη ενός μακροπρόθεσμου οικονομικού

μας στόχου, όπως την χρηματοδότηση των σπουδών των παιδιών μας ή την διατήρηση του βιοτικού μας επιπέδου στα χρόνια της συνταξιοδότησης, είναι η κλασική αποταμίευση σε έναν λογαριασμό καταθέσεων.

Όμως το οικονομικό περιβάλλον που ζούμε σήμερα, δεν είναι το ίδιο που ήταν πριν 40 χρόνια. Την στιγμή που οι τιμές των προϊόντων αυξάνονται, οι αποδόσεις των παραδοσιακών λογαριασμών κατάθεσης είναι πλέον μηδαμινές.

Η λύση που επιλέγουν πλέον οι περισσότεροι Έλληνες, είναι τα σύγχρονα προγράμματα αποταμίευσης επενδυτικού τύπου, των οποίων

όχι μόνον η διαφανής λειτουργία είναι πλέον εγγυημένη από ιδιωτικούς, κρατικούς και Ευρωπαϊκούς ελεγκτικούς φορείς, αλλά επίσης μας προσδίδουν αξιοπρεπείς αποδόσεις, και σημαντική υπεραξία σε βάθος χρόνου. Με το σωστό σχεδιασμό και συστηματική αποταμίευση, δημιουργούμε με αυτόν τον τρόπο ένα επαρκές κεφάλαιο για το μέλλον μας, προστατεύοντας παράλληλα την αξία των χρημάτων μας έναντι των πληθωριστικών τάσεων.

Στοιχεία επικοινωνίας:

τηλ. 6980516187

Google: Απόστολος Σουλιώτης

ΠΑΝ. ΔΕΜΕΣΤΙΧΑΣ

ΚΕΝΤΡΟ ΚΛΑΣΙΚΩΝ & ΘΕΣΙΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

COACHING ΜΕΛΕΤΗΣ



Εκπαιδευτικές συναντήσεις & οργάνωση μελέτης

με στόχο

- πιο ποιοτικό διάβασμα
- καλύτερη διαχείριση του χρόνου
- βελτίωση των σχολικών επιδόσεων
- αρμονική αντιμετώπιση σχολικής ζωής

www.kks.gr

ΤΗΛ. 2106540777

ΚΟΡΥΤΣΑΣ 75, ΠΑΠΑΓΟΥ

ΠΟΛΙΤΕΙΑ
 ΠΑΠΑΓΟΥ-ΧΟΛΑΡΓΟΥ
 ΔΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

Ειδήσεις Παπάγου - Χολαργού

Εκδότης - Διευθυντής:
 Οικονόμου Φίλιππος
 Ελλησπόντου 4, 15669 ΠΑΠΑΓΟΥ

Εκδοτική Επιμέλεια:
 "ΠΑΠΑΓΟΥ ΠΟΛΙΤΕΙΑ"
 Σωματείο Μη Κερδοσκοπικό
 Υπεύθυνη Δημοσίων Σχέσεων
 & Επιστολών: Νάντια Γρινιεζάκη,
 Τζουμέρκων 14,
 15669 Παπάγου, Τηλ. 6973601541

Υπεύθυνη ύλης & Σύνταξης:
 Μαρία Βραχνέλη

Αρθρογράφοι: Γρηγόρης Μαλούκος,
 Νάντια Γρινιεζάκη

Ρεπορτάζ: Πέτρος Παπαλέξης

www.politeiapapxol.gr



ENGEL & VÖLKERS



Σκάνάρτε το QR Code
για περισσότερα

Αν η κατοικία σας αποτελεί το όνειρο κάθε αγοραστή, τότε εμείς τον εντοπίζουμε άμεσα και με επιτυχία!

Επιθυμείτε να πουλήσετε την ακίνητη ιδιοκτησία σας άμεσα και με επιτυχία;

Μπορείτε να αναθέσετε την προώθηση της στους έμπειρους Συμβούλους της Engel & Völkers Ελλάδος, οι οποίοι θα εντοπίσουν τον κατάλληλο αγοραστή μέσα από ένα παγκόσμιο δίκτυο ενεργών πελατών.

Μπορείτε να προγραμματίσετε ένα ραντεβού με τους ειδικούς για μια δωρεάν εκτίμηση της αξίας του ακινήτου σας, τηλεφωνικά, online ή ακόμα και στο Μητροπολιτικό μας Κέντρο στην Αθήνα. Θα είναι χαρά μας να σας εξυπηρετήσουμε!



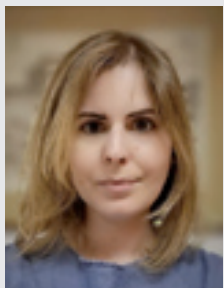
ΑΘΗΝΑ

+30 211 105 5000

athensmmc@engelvoelkers.com

ev.gr

Έγκαιρη μέριμνα για δημιουργική απασχόληση των παιδιών του Δήμου μας κατά τους θερινούς μήνες



Σημαντική έγνοια των σύγχρονων γονέων αποτελεί η δημιουργική απασχόληση των παιδιών τους τις ώρες πέραν του σχολικού προγράμματος κατά τη διάρκεια της χρονιάς. Ακόμη μεγαλύτερη ανάγκη δημιουργείται, όμως, κατά τους θερινούς μήνες που τα παιδιά βρίσκονται εκτός σχολικού περιβάλλοντος.

Ποια είναι τα ιδιαίτερα οφέλη που αποκομίζουν τα παιδιά σε ολοήμερες δραστηριότητες κατά τις θερινές διακοπές; Η δυνατότητα να αναπτύξουν τις ψυχοκοινωνικές τους δεξιότητες ερχόμενα σε επαφή ισότιμα με συνομηλικούς τους, να ανακαλύψουν τον εαυτό τους και τις άλλες ικανότητές τους, εκτός των ακαδημαϊκών επιδόσεων, μπορεί να αποδειχθεί πολύτιμη για την οικοδόμηση αυτοεκτίμησης και προσαρμοστικότητας, χαρακτηριστικά απαραίτητα για την ενήλικη ζωή τους. Τα παιδιά στις εξωσχολικές τους δραστηριότητες μαθαίνουν να δημιουργούν νέους κοινωνικούς δεσμούς, να διαχειρίζονται προβλήματα και να επιλύουν συγκρούσεις χωρίς τη γονεϊκή βοήθεια, ανακαλύπτουν τα όριά τους και τις δυνάμεις τους, αναπτύσσουν το πνεύμα της ομαδικότητας, αντιλαμβάνονται βιωματικά τη σημασία της προσφοράς και της αλληλεγγύης, έρχονται σε επαφή με τη φύση κι εκτονώνουν την ενέργειά τους με την άθληση.

Παράλληλα, οι γονείς υποστηρίζονται στη δυσκολία διαχείρισης του χρόνου και έχουν την ευκαιρία να εκδηλώσουν σταδιακά όλο και μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στην αυτονομία των παιδιών τους. Έτσι, η σχέση γονέα-παιδιών αποκτά μια νέα ποιότητα και δημιουργεί τη βάση για τη μελλοντική τους σχέση, αυτής ως ενηλίκων πια.

Τέλος, από όσα αναφέρθηκαν πιο πάνω προκύπτει ότι η συμμετοχή όλων των παιδιών σε δραστηριότητες εκτός του σχολικού προγράμματος έχει οφέλη πολλαπλά για την ευημερία της κοινότητας στην οποία ανήκουν τόσο στο παρόν όσο και στο μέλλον. Είναι, λοιπόν, σκόπιμο από κάθε άποψη η δημοτική αρχή να μεριμνήσει εγκαίρως για τον προγραμματισμό και την επέκταση της παροχής αυτής σε όλα τα παιδιά της χωρικής της αρμοδιότητας.

Χριστίνα Κωτσαρίδου
Πολιτική επιστήμονας
με ειδίκευση
σε ευρωπαϊκά θέματα

Κάποιοι τα λέγαμε εγκαίρως, μάς άκουσαν οι αρμόδιοι;

Του ΓΙΑΝΝΗ ΑΪΒΑΛΙΩΤΗ



Με ευχαριστεί ιδιαίτερα το ότι ξεκινώ τη συνεργασία μου από αυτό το φύλλο με την φιλόξενη και μαχητική εφημερίδα "ΠΟΛΙΤΕΙΑ ΠΑΠΑΓΟΥ-ΧΟΛΑΡΓΟΥ".

Ημουν υποψήφιος με τον Ηλία Αποστολόπουλο στις τελευταίες δημοτικές εκλογές. Είδα ότι υπήρξε ο μόνος υποψήφιος Δημοτικός Σύμβουλος που έθεσε με τόση επιμονή (και στα φυλλάδια μου όπως αυτό που βλέπετε πιο κάτω, αλλά και με δημόσιες τοποθετήσεις μου στον τηλεοπτικό σταθμό ΑΡΤ, στον "ΕΛΛΑΔΑ 94.3 FM", στο "ΚΑΝΑΛΙ 1" του Πειραιά κλπ) το ζήτημα της καταπολέμησης της εγκληματικότητας στον Δήμο μας, μια κατάσταση εξαιρετικά δυσάρεστη αφού οι ληστείες σε μαγαζιά και σε σπίτια είναι στην ημερήσια διάταξη.

Εξηγούσα στον κ. Αποστολόπουλο ότι πρέπει να επιμείνει στο Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη για την ίδρυση άλλων 2 αστυνομικών τμημάτων σε Παπάγου και Χολαργό. Επίσης έλεγα ότι έπρεπε να απαιτεί τον δεκαπλασιασμό των περιπολιών της ΕΛΑΣ και παράλληλα να κοιτάξει την δραστική ενεργοποίηση της Δημοτικής Αστυνομίας. Ελεγα συνεχώς στην προεκλογική περίοδο ότι η Δημοτική Αστυνομία δεν είναι μόνο για κλήσεις για παράνομο παρκάρισμα και για πρόστιμα για τα τραπεζοκαθίσματα. Η Δημοτική Αστυνομία οφείλει να είναι πανταχού παρούσα και να συνεργάζεται συνεχώς με την ΕΛΑΣ για την αναχαίτιση της εγκληματικότητας.

Δεν διεκδικεί, δυστυχώς, ο Δήμος μας με τρόπο επίμονο αυτά που πρότεινα και όλοι βλέπουμε ότι δεν επαρκεί η αστυνομική δύναμη παρότι οι υπάρχοντες αστυνομικοί κάνουν ό,τι μπορούν. Στα κανάλια δείχνουν συνεχώς τα βίντεο με ληστείες φαρμακείων, μίνι μάρκετ κλπ στον Δήμο μας, ενώ αλωνίζουν οι κλέ-

φτες και στα σπίτια: Όλοι είδαμε τα τρुक που εφαρμόζουν πχ ότι μασκαρεύονται σε δήθεν "τεχνικούς" με στολές του ΔΕ-ΔΔΗΕ και καταφέρνουν έτσι να μπαίνουν σε διαμερίσματα και να κλέβουν τον κόσμο. Πριν λίγες μέρες, είχαμε και προσωπική εμπειρία από την εγκληματικότητα αφού λήστεψαν και το διαμέρισμα της γιγαγιάς μου (μένει στην οδό Ουρανίας, πολύ κοντά στο Δημαρχείο), άγνωστοι μπήκαν μέσα - μέρα μεσημέρι! - της πήραν ό,τι είχε και ευτυχώς εκείνη την ώρα έλειπε και δεν υπήρξε κίνδυνος και για τη ζωή της. Ο βιασμός της προσωπικής ζωής με τις κλεψιές και τις ληστείες είναι συνεχής και κάνουν κατεπίγουσα την ανάγκη για ενίσχυση της αστυνόμευσης. Θα συνεχίσω να επιμένω προς αυτή την κατεύθυνση και -ποιός ξέρει; - ίσως τελικώς καταφέρω να πείσω και τον δήμαρχο μας ώστε να προστατευτεί αποτελεσματικά ένας κόσμος που φορολογείται και ζητεί να έχει το αυτονόητο δημοκρατικό αγαθό, την προστασία της ζωής και της περιουσίας του.

ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΪΒΑΛΙΩΤΗΣ
Τμήμα Ναυτιλιακών Σπουδών
τού ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΙΡΑΙΑ
Επικοινωνία: 6984525731 και
aivaliotisTV@outlook.com

ΜΑΖΙ ΔΙΕΚΔΙΚΟΥΜΕ

Πολλαπλασιασμό των περιπολιών Και ΟΛΑ όσα χρειάζονται για να νιώθουμε ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Καλέστε με για δωρεάν βοήθεια με αναδρομικά, κομμένους μισθούς και συντάξεις, κομμένα έσοδα Πάσης και Χριστουγέννων

Σεμινάρια με τις ΤΡΑΠΕΖΕΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΕΙΣΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

ΑΪΒΑΛΙΩΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
με τον Ηλία Αποστολόπουλο
69 84 525 731

ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ Α. ΚΑΡΤΣΑΚΛΗΣ

ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ



Υπότροφος του ΙΚΥ
εξειδικευθείς στο Νοσοκομείο
Columbia N. Υόρκης

- Διαταραχές Μνήμης – Συγκέντρωσης
- Ανοϊκά Σύνδρομα – Νόσος Αλτσχάιμερ
 - Οργανικά ψυχοσύνδρομα
- Επεισόδια διαταραχής της συνείδησης
- Νόσος Πάρκινσον και λοιπές κινητικές διαταραχές
 - Κεφαλαλγία – Ημικρανία
- Αυχενικό Σύνδρομο – Σύνδρομα Σπονδυλικής Στήλης
 - Σύνδρομα χρόνιου πόνου
 - Τλιγγοί – ζαλάδες
 - Αστάθεια βάδισης
 - Γενικό Νευρολογικό Ιατρείο

Επισκέψεις
Κατόπιν ραντεβού

Επισκέψεις
κατ' οίκον

Εθνικής Αμύνης
53, Παπάγου
Τηλ.: 2106548779,
6982 341544

Η ΓΝΩΜΗ συνέχεια από 1η σελίδα

Τί γίνεται στην οδό Ζακυνθινού και πέριξ αυτής;



Συγκεκριμένα,

- Οι εσοχές και οι εξοχές, που προσδιορίζουν τις θέσεις στάθμευσης δεν οριοθετούνται

με ασφάλεια, με προφανή κίνδυνο πρόσκρουσης.

• Πώς είναι δυνατόν στο δρόμο που από 9 μέτρα έγινε 3,5 και ίσα- ίσα περνά το λεωφορείο να τοποθετηθεί και ποδηλατόδρομος 1,50 μέτρου.... Ίσως θα ήταν προτιμότερο ο ποδηλατόδρομος να οριοθετηθεί πάνω στο πεζοδρόμιο που είναι πλέον ιδιαίτερα μεγάλου πλάτους .

• Η απότομη και υπερβολική στένωση του δρόμου πριν την Ελλη-

σπόντου, εγκυμονεί σοβαρούς κινδύνους ατυχήματος.

- Η υπερβολική αύξηση του πεζοδρομίου στην κατάληξη της οδού Εθνικής Αμύνης ,δημιουργεί σοβαρά προβλήματα στην αριστερή στροφή.
- Η αναίτια αύξηση του πλάτους των πεζοδρομίων επί της οδού Νευροκοπίου, τα καθιστά να προσομοιάζουν με πεζοδρόμια μεγάλων λεωφόρων.

• Από την οδό Ιωνίας έως την κατάληξη του έργου στην οδό Πίνδου έχουν χαθεί τουλάχιστον 100 θέσεις στάθμευσης! Ο Παπάγος δεν έχει πλέον την πολυτέλεια να χάνει αναίτια δεκάδες θέσεις πάρκινγκ αφενός λόγω της ανοικοδόμησης του, αφετέρου γιατί στη συγκεκριμένη ζώνη υπάρχουν, το κλειστό γυμναστήριο, τα δημοτικά γυμναστήρια και ο στί-

βος που σε πολλές εκδηλώσεις συγκεντρώνουν πλήθος κόσμου ακόμα και από άλλες περιοχές.

- Παρατηρούνται προβλήματα κατά την έξοδο οχημάτων από τα parking των πολυκατοικιών της Νευροκοπίου.
- Όλο το έργο έγινε προκείμενου να αποφευχθούν τα καθημερινά ατυχήματα στην οδό Ζακυνθινού. Για ποιο λόγο όμως ξεκίνησε ένα τόσο κοστοβόρο και παρεμβατικό έργο στις οδούς Πίνδου-Αργυροκάστρου-Ελλησπόντου-Ιωνίας-Στρ.Παπάγου και Κύπρου...;

Στο ερώτημα αν θα έπρεπε να γίνει παρέμβαση για την άρση της επικινδυνότητας στην οδό Ζακυνθινού, η απάντηση είναι σαφώς ΝΑΙ. Το ζήτημα όμως είναι με ποιο σχέδιο, σε ποια έκταση και με ποιο οικονομικό κόστος....



ΑΛΜΑ ΛΙΒΡΕ
ΚΕΝΤΡΟ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΩΝ

Μαρία-Φιλομήλα Κερεμέζη

Επιστημονικός (M.Sc)
Applied Psychology - Clinical Psychology & Counseling (M.Sc)
Ανάπτυξη Διπλώματος Ψυχοθεραπείας & Συμβουλευτικής (MΦΔ)
Μεταπτυχιακή σε Παιγνιοθεραπεία & Art Therapy
Professional Diploma Συμβουλευτικής Σχέσεων



ΑΛΜΑ ΛΙΒΡΕ
ΚΕΝΤΡΟ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΩΝ

**ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ
ΠΑΙΓΝΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΓΟΝΕΩΝ**

ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ
(Διαδουκτικακά & Δια Ζώσης)

ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ

ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ



**ART THERAPY
ΨΥΧΟΔΡΑΜΑ
ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΖΕΥΓΟΥΣ**



ΔΩΡΕΑΝ Η ΠΡΩΤΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Ειδικές τιμές για μονογονεϊκές οικογένειες και πολύτεκνους







 **Τσαβέλλα 70 , Νέο Ψυχικό**



210 672 2118
www.almalibre-center.gr
info@almalibre-center.gr
Alma Libre
@almalibrecenter



Πιτυρίδα : Τόσο ενοχλητική και τόσο συνηθισμένη...



Γράφει
η Πέγκυ Μπουζάνη
Φαρμακοποιός
Κοσμητολόγος
www.panaceaproducts.gr

PANACEA



NATURAL PRODUCTS
ΦΥΤΙΚΑ ΕΚΣΥΝΤΑΜΑΤΑ

Η **πιτυρίδα** ταλαιπωρεί εκατομμύρια ανθρώπους και οφείλεται στην αποκόλληση νεκρών κερατινοκυττάρων από την επιδερμίδα της κεφαλής με τη διαδικασία της απολέπισης. Αιτίες είναι η υπερβολική έκκριση σμήγματος (σμηγματοροϊκή δερματίτιδα) στην επιδερμίδα της κεφαλής και η ανάπτυξη του μύκητα "malassezia" ο οποίος υπάρχει στο κεφάλι μας. Όταν ο μύκητας αυτός αναπτύσσεται υπερβολικά αναγκάζει τα κύτταρα του δέρματος να πολλαπλασιάζονται πιο γρήγορα από το συνηθισμένο και στη συνέχεια να αποβάλλονται. Το άγχος, η κακή διατροφή πλούσια σε λιπαρά καθώς και η υπερβολική χρήση χημικών προϊόντων styling είναι αιτίες που επίσης δημιουργούν ή επιδεινώνουν την πιτυρίδα. Αποτέλεσμα είναι ο κνησμός και οι μεγάλες κίτρινωπές νιφάδες.

Για την αντιμετώπιση της πιτυρίδας θα πρέπει να επισκεφθούμε δερματολόγο ο οποίος θα συστήσει την κατάλληλη θεραπεία. Σε κάθε περίπτωση όμως είναι σημαντικό να χρησιμοποιούμε σαμπουάν κατάλληλα για την αντιμετώπιση της.

Η "**Panacea Natural Products**" προτείνει το **Nettle Shampoo** το οποίο περιέχει:

Τσουκνίδα που περιορίζει την έκκριση σμήγματος και διεγείρει την κυκλοφορία του αίματος τρέφοντας τις ρίζες των μαλλιών, ενώ ενυδατώνει και χαρίζει όγκο.



Φυτικό Σαμπουάν
για λιπαρά μαλλιά και
μαλλιά με πιτυρίδα.

www.panaceaproducts.gr
210 6526930

Αλόη η οποία είναι ενυδατική, καταπραυντική, πλούσια σε πρωτεΐνες, αμινοξέα και πολυσακχαρίτες, ενυδατώνει τα μαλλιά αυξάνοντας την ελαστικότητά και την αντοχή τους.

Ελαιόλαδο το οποίο συντελεί στην ενυδάτωση της τρίχας και προσφέρει φυσική προστασία σε μαλλιά που υπόκεινται και βαριά προϊόντα styling.

Λάδι Argan το οποίο ισορροπεί την παραγωγή σμήγματος, ανακουφίζει από τον κνησμό και συντελεί στην καταπολέμηση της πιτυρίδας.

Το Nettle Shampoo, μπορείτε να το βρείτε σε επιλεγμένα φαρμακεία, στο OK MARKET (Στρ. Κοκκόλα 7) και στο 2106526930

ΙΑΤΡΕΙΟ ΜΙΚΡΩΝ ΖΩΩΝ

Κοηλιός Ι. Γρηγόριος
Κτηνίατρος D.V.M. Α.Π.Θ.

Επισκέψεις κατ' οίκον

Δευτ. Έως Παρ.: 9:30-13:30 & 17:30-20:30
Σάββατο: 10:00-13:30

Χερσόρας 31 & Εθν. Αμύντας, Παπάγου 156 69,
Τηλ.: 210 6516455 Κιν. 6932 179384

- Παθολογικό
- Χειρουργικό
- Μαιευτικό
- Μικροβιολογικό
- Εμβολιασμοί
- Κούρεμα

Διπλωματούχος οπτικός - εφαρμοστής βοηθημάτων χαμηλής όρασης.



- Πολυεστιακά γυαλιά ψηφιακής τεχνολογίας.
- Επώνυμα γυαλιά οράσεως και ηλίου.
- Βοηθήματα χαμηλής όρασης
- Παιδικά γυαλιά οράσεως και ηλίου.
- Εκτελούνται συνταγές όλων των ταμείων.
- Φακοί επαφής.

ΟΠΤΙΚΑ ΞΕΝΟΥ

Αναστάσεως & Ορφείας, 7 Παπάγου - Χολαργός
τηλ. 210 65 16 280 mail. [xenoptics@gmail.com](mailto:xenosoptics@gmail.com)
fb: [facebook.com/XenoiOptics](https://www.facebook.com/XenoiOptics)

Υγιή νύχια άμεσα!



Φυτική αλοιφή FUNGOPHYT PANACEA για ονχομυκητίαση και προβληματικά νύχια.

Απαλλάσσει τα νύχια και τη γύρω δερματική περιοχή από μύκητες και μικρόβια.

Αντιμετωπίζει την κακοσμία των άκρων που οφείλεται σε μύκητες.

Σε επιλεγμένα φαρμακεία, στο 2106526930 και στο www.panaceaproducts.gr

Πώς είναι ο Χολαργός το 2024;

Συνέχεια από την 1^η Σελίδα

Η οδήγηση καθίσταται επικίνδυνη και η πρόκληση ζημιών στα οχήματα αναπόφευκτη! Οι ασφαλτοστρώσεις τα τελευταία χρόνια είναι ελάχιστες και φυσικά δεν αντιμετωπίζουν το πρόβλημα. Την όλη κατάσταση επιδεινώνει η παρουσία των εταιρειών κοινής ωφέλειας οι οποίες χωρίς καμία επιτήρηση από την πλευρά του δήμου ξηλώνουν καθημερινά μεγάλα τμήματα οδοστρώματος τα οποία στη συνέχεια μπαλώνουν πρόχειρα.

Η διαμπερής κυκλοφορία στην πόλη του Χολαργού έχει επιδεινωθεί δραματικά τα τελευταία χρόνια. Σιγά-σιγά η κατάσταση καθίσταται μη αναστρέψιμη αφού καμία κυκλοφοριακή μελέτη δεν έχει γίνει από τη δημοτική αρχή, προκειμένου να βελ-



τιωθεί η κυκλοφορία στην πόλη.

Παράλληλα, η εύρεση θέσης στάθμευσης είναι ιδιαίτερα δύσκολη. Πρόκειται για ένα πρόβλημα που ταλανίζει την καθημερινότητα των κατοίκων και των επαγγελματιών και κάθε χρόνο επιδεινώνεται αφού δεν υπάρχει κανένας προγραμματισμός για δημιουργία νέων θέσεων στάθμευσης όπως πχ με αγορά ή απαλλοτριώσεις οικοπέδων και δημιουργία δημοτικών πάρκινγκ.

Τα περισσότερα πεζοδρόμια, είναι αδιάβατα, επικίνδυνα, με



σπασμένες και ανασηκωμένες πλάκες. Πολυετή δέντρα έχουν φτάσει το ριζικό τους σύστημα στην επιφάνεια καταστρέφοντας τα πάντα. Ταυτόχρονα, δέντρα τα οποία παραμένουν για χρόνια αφρόντιστα και ακλάδευτα, έχουν απλώσει τα κλαδιά τους τόσο χαμηλά που κανείς δεν μπορεί να περάσει από κάτω. Το αποτέλεσμα είναι πεζοί, ηλικιωμένοι και γονείς με καρτσάκια να περπατούν κατά μεσοίς του δρόμου γιατί δεν μπορούν να βαδίσουν στα πεζοδρόμια... Πότε θα φτιαχτούν τα πεζοδρόμια; Άγνωστο...

Οι περισσότερες παιδικές χαρές της πόλης είναι ουσιαστικά εγκαταλελειμμένες, με ελλιπή συντήρηση, γεμάτες μούτζουρες και φθαρμένα υλικά. Το ίδιο παρατηρείται στα αφρόντιστα πάρκα και τις πλατείες, όπου



τα σκουπίδια, τα αντιαισθητικά graffiti και τα σπασμένα παγκάκια έχουν την τιμητική τους... Τα σχολεία και γενικά τα σχολικά κτήρια παραμένει το μεγάλο θέμα για επίλυση...

Οι κατεστραμμένοι κάδοι αποκομιδής απορριμμάτων και η απουσία καθαρισμού και πλύσης τους, καθιστούν τους κάδους υγειονομικές βόμβες έξω από τα σπίτια και πάνω στα πεζοδρόμια.

Οι Χολαργιώτες το 2024 ταλαιπωρούνται για καταστάσεις που θα έπρεπε να έχουν ήδη επιλυθεί ή τουλάχιστον να έχει προγραμματιστεί η επίλυση τους. Τα τελευταία 9 χρόνια σπαταλήθηκαν άπειρα χρήματα χωρίς να γίνει τίποτα ουσιαστικό στο Χολαργό. Ας ελπίσουμε ότι το μέλλον θα είναι καλύτερο γιατί οι κάτοικοι του Χολαργού το αξίζουν!





ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ

ΚΗΔΕΙΕΣ - ΜΝΗΜΟΣΥΝΑ

ΣΤΟΛΙΣΜΟΙ - ΣΤΕΦΑΝΑ

ΛΑΜΠΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

ΑΝΑΣΤΑΣΕΩΣ 105 - ΧΟΛΑΡΓΟΣ

ΤΗΛ.: 210 6523210

ΚΙΝ.: 6974685729

ΑΠΟ ΤΟ
1974

Τοπική Αυτοδιοίκηση και Εκπαιδευτική Πολιτική Προκλήσεις και ερωτήματα για την Δημοτική αρχή



**Αλέξανδρος
Ι. Νομικός**
 Ιατρός-Παθολογοανατόμος
 Δρ. Πανεπιστημίου Αθηνών
 Δημοτικός Σύμβουλος
 Παπάγου-Χολαργού

Η εκπαίδευση, αναντίρρητα, συντελεί στην διαμόρφωση της προσωπικότητας του ανθρώπου, σε συνδυασμό, με το οικογενειακό περιβάλλον και τις διάφορες περιβαλλοντικές επιδράσεις.

Εξάλλου, συμβάλει ουσιωδώς στην απόκτηση γνώσεων αλλά και εξειδικεύσεων. Επίσης, συ-

ντελεί ουσιαστικά στην κοινωνικοποίηση του ατόμου, αλλά και στην ανάπτυξη κριτικής ικανότητας καθώς και στην ένταξή του στις πολιτικές και τις πολιτιστικές διαδικασίες.

Σύμφωνα δε με τον MaxWeber, κάθε εκπαιδευτικό σύστημα αποβλέπει στο να καλλιεργεί τους νέους για μια ειδική διαγωγή ζωής, που χαρακτηρίζει και συμφέρει την ομάδα με την αποφασιστική ισχύ στην κοινωνική ιεραρχία.

Η Τοπική Αυτοδιοίκηση, ο εγγύτερος στον πολίτη φορέας εξουσίας, διαδραματίζει έναν σημαντικό ρόλο στη λειτουργία και διαχείριση των διάφορων θεμάτων σε μια σχολική μονάδα, που αφορά αφενός μεν την μέριμνα των υπηρεσιών του Δήμου για τις υποδομές αφετέρου δε διάφορα θέματα καθημερινότητας της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Απαιτείται αναντίρρητα η διατύπωση προτάσεων συγκεκριμένων, ρεαλιστικών και εφαρμόσιμων, μιας και αρκετά συχνά

ενώ προεκλογικά ακούγεται από όλους πως η « παιδεία αποτελεί προτεραιότητα», μετεκλογικά αρχίζουν οι αντιφάσεις, οι «εκπτώσεις» και η αναίρεση στην πράξη των περισσότερων δεσμεύσεων.

Το θέμα των σχολικών κτιρίων, που σχετίζεται άμεσα με την τοπική αυτοδιοίκηση, αποτελεί μείζον θέμα που επηρεάζει άμεσα την εκπαιδευτική διαδικασία.

Η εκάστοτε δημοτική αρχή καλείται να παρουσιάσει ένα ολοκληρωμένο σχέδιο που θα καλύπτει όλο το φάσμα από τους παιδικούς σταθμούς μέχρι και το Λύκειο.

Αυτή τη χρονική περίοδο, μεταξύ άλλων σημαντικών θεμάτων, το θέμα του κτιριακού του 1ου Γενικού Λυκείου Χολαργού απασχολεί έντονα έναν ιδιαίτερα μεγάλο αριθμό συνδημοτών μας, γονέων αλλά και εκπαιδευτικών.

Οι προβληματισμοί των γονέων πρέπει να τύχουν της δέουσας προσοχής και φυσικά το πρόβλη-

μα δεν πρέπει να κρύβεται "κάτω από το χαλί" ή να παραπέμπεται στις "Ελληνικές καλένδες".

Η δημοτική αρχή δεν έχει λάβει λευκή επιταγή (άλλωστε περπατώντας κανείς καθημερινά στο Χολαργό και στον Παπάγο συναντά όλο και περισσότερους ανθρώπους που δυσαρεστημένοι από τις επιδόσεις της Δημοτικής αρχής θέτουν πολλά ερωτήματα, περιμένοντας απαντήσεις).

Πρέπει να παρουσιάσει σαφώς δέσμη συγκεκριμένων μέτρων και το χρονοδιάγραμμα των μέτρων αυτών.

Να απαντήσει στα ερωτήματα των γονέων και ειδικά στο θέμα της εύρεσης εναλλακτικών λύσεων στέγασης των μαθητών σε περίπτωση που εξασφαλιστεί η επιθυμητή χρηματοδότηση.

Είναι ένα μείζον ζήτημα στο οποίο θα κριθεί η αποτελεσματικότητα της και φυσικά η δυνατότητα της να επιλύει προβλήματα.

Αναμένουμε προτάσεις και λύσεις...

Παντοπωλείο - Delicatessen
και Βιολογικά προϊόντα



ΕΥΦΟΡΗ ΓΑΙΑ



Περικλέους 50 Χολαργός
155 61 21 1750 8205,
euphoriageaie@gmail.com
Εύφορη Γαία - Euphoria_Gaia



Γλυκές προσφορές!!!
 Κάθε Πέμπτη το γλυκοπωλείο μας προσφέρει
 όλα τα ατομικά γλυκά με έκπτωση **15%**

Δεχόμαστε παραγγελίες για τούρτες και γλυκά
για κάθε περίπτωση

Ελευθερίου Βενιζέλου 39 Χολαργός / Τηλέφωνο 2106510177

 fouet_pastry.lab  Fouet Pastry Lab



**ΤΟ ΠΑΛΑΙΟΠΩΛΕΙΟ
ΤΟΥ ΠΑΠΑΓΟΥ**

ΑΓΟΡΑΖΩ αντικές, παλαιά έπιπλα,
βιβλία, δίσκους, ραπτομηχανές, χαλιά, ασημικά,
χρυσασφικά, στερεοφωνικά, πίνακες
ΚΑΘΑΡΙΖΩ, αδειάζω υπόγεια,
ολοκληρωμένα παλαιά σπιτια,
ΑΓΟΡΑΖΩ παράσημα, σπαθιά,
Μίκυ Μάους, κόμικς

Κος ΣΤΑΥΡΟΣ ΚΑΜΠΟΥΡΗΣ

ΑΝΑΣΤΑΣΕΩΣ 115 - ΠΑΠΑΓΟΣ
2106520428, 2103210282 6946112782
ΤΑΧΕΙΑ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΜΕ ΕΝΑ ΤΗΛΕΦΩΝΗΜΑ

Οι καλύτερες τιμές
στη γειτονιά σας

Τροφές
Κονσέρβες & λιγουδιές
Πλούσια γκάμα σε

- ✓ αξεσουάρ
- ✓ Βιοκότωνα
- ✓ Αντιπαρασιτικά
- Οικολογικά



ΠΡΟΣΦΟΡΕΣ
 Άμμος γάτας 5kg 3,00€
 Άμμος αρωματική 5kg 3,20€
 Ξηρά τροφή γάτας από 1,90€/kg
 Ξηρά τροφή σκύλου από 1,60€/kg
 Κονσέρβα ROKUS γάτας 0,75€
 Κονσέρβα ROKUS σκύλου 0,80€

- ✓ για σκύλους
- ✓ για γάτες
- ✓ για κουνελάκια
- ✓ για ψάρια
- ✓ για χελωνάκια
- ✓ για πουλιά

Νέα συνεργασία με την εταιρεία NATURE'S FOOD BARF.
 Πρόκειται για συσκευασίες των 500 γραμμαρίων και ενός κιλού σε μπιφτεκάκια, λιγουδιές,
 ζωμούς καθώς και για τον καθαρισμό των δοντιών των τετράποδων φίλων μας. Και πολλές
 άλλες προσφορές για κουνελάκια, ψάρια, χελωνάκια και πουλιά με ένα τηλεφώνημα
 έρχονται στην πόρτα σας δωρεάν....

Τήνου 8 & Θεμιστοκλέους, Χολαργός - Τηλ: 210 6534550

Η επιτακτική ανάγκη για συνεργασία και ολιστικές προσεγγίσεις στην Τοπική Αυτοδιοίκηση

Οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει η κοινωνία μας, σε τοπικό, εθνικό αλλά και σε παγκόσμιο επίπεδο, είναι πλέον ιδιαίτερα πολύπλοκες, πολυσύνθετες και αλληλεξαρτώμενες για να αντιμετωπιστούν με τον ίδιο τρόπο σκέψης που εν πολλοίς τις δημιούργησε. Αυτός ο τρόπος σκέψης χαρακτηρίζεται από την αδυναμία ή και την απροθυμία, πρώτον, να αποτιμηθούν οι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις των αποφάσεων που λαμβάνονται στην κοινωνία, το περιβάλλον και την οικονομία, και δεύτερον, να ληφθούν αυτές οι αποφάσεις μέσω μια ολιστικής, συστημικής προσέγγισης που κατανοεί την πολυπλοκότητα του κόσμου στον οποίο ζούμε.

Δυστυχώς η τοπική αυτοδιοίκηση στη χώρα μας δεν αποτελεί εξαίρεση και αυτό είναι απόρροια όχι μόνο του τρόπου σκέψης αλλά και του υπάρχοντος συστήματος διακυβέρνησης, το οποίο δημιουργεί, ειδικά στα μεγάλα αστικά κέντρα όπως η μητροπολιτική Αθήνα, κατακερματισμό και τάσεις οι εκάστοτε δημοτικές αρχές να εστιάζουν σε προτάσεις-«πυροτεχνήματα» παρά σε βιώσιμες, μακροπρόθεσμες και συστημικές λύσεις στα καίρια ζητήματα που καλούνται να αντιμετωπίσουν.

Μια διετής μελέτη που διεξήγαγε η πρωτοβουλία «Η Εποχή των Πόλεων» του βρετανικού πανεπιστημίου London School of Economics, ανέδειξε πως ένα από τα βασικά προβλήματα στην Ελλάδα είναι τα στενά όρια των αρμοδι-



Γράφει η Μαργαρίτα Μανιάτη

Διπλωματούχος
Πολιτικός
Μηχανικός &
Περιβαλλοντολόγος
- Σύμβουλος
Διοίκησης,
Όμιλος ΔΕΗ

οτήτων κάθε ΟΤΑ και η επίμονη συγκέντρωση σημαντικών αποφάσεων στην κεντρική κυβέρνηση. Αναφέρει ενδεικτικά ότι ο Δήμος Αθηνών έχει πολύ περιορισμένο χώρο και αρμοδιότητες και αναδεικνύει παραδείγματα πόλεων όπως το Λονδίνο και η Βαρκελώνη που έχουν πλέον αποκτήσει «μητροπολιτικό» χαρακτήρα, δίνοντας για παράδειγμα στο Δήμαρχο του Λονδίνου, την ευθύνη, μεταξύ άλλων, ολόκληρου του πολεοδομικού συγκροτήματος, των συγκοινωνιών, της αστυνόμευσης και των περιβαλλοντικών πολιτικών. Στον αντίποδα, το λεκανοπέδιο της Αττικής χωρίζεται σε τέσσερις περιφερειακές ενότητες, 35 δήμους, ενώ οι αρμοδιότητες για τη συγκοινωνία, τον τουρισμό, το περιβάλλον ανήκουν στο κεντρικό κράτος. Αυτός λοιπόν ο κατακερματισμός και η περι-

πλοκή διακυβέρνηση δυσκολεύουν την επίλυση καίριων ζητημάτων που ξεπερνάνε τα όρια ενός δήμου ή περιφέρειας και δημιουργούν τις συνθήκες για ανταγωνισμό αντί για συνεργασία μεταξύ των ΟΤΑ, οι οποίοι εστιάζουν σε μεμονωμένες και κοντόφθαλμες λύσεις.

Δε γνωρίζω αν μια σχετική μεταρρύθμιση θα συμβεί στο επίπεδο της διακυβέρνησης, αλλά πιστεύω πως οι πιο διορατικές τοπικές αρχές αντιλαμβάνονται την ανάγκη για συστημικές και ολιστικές λύσεις. Για παράδειγμα, φροντίζουν να χτίσουν συνεργατικές προσεγγίσεις με άλλες τοπικές αρχές, αναζητώντας από κοινού συστημικές μελέτες και λύσεις που δε λύνουν προβλήματα στα γεωγραφικά όρια του δήμου τους, προκαλώντας όμως προβλήματα αλλού. Επίσης, φροντίζουν να αναγνωρίζουν τις ευρύτερες επιπτώσεις που μια φαινομενικά απλή απόφαση (π.χ. το χτίσιμο ενός σχολείου σε ένα συγκεκριμένο σημείο, ή η περιφραγή ενός οικοπέδου) θα έχει στο ευρύτερο κοινωνικό, περιβαλλοντικό και οικονομικό οικοσύστημα, εστιάζοντας σε πολυεπίπεδες λύσεις που δημιουργούν θετικό πρόσημο σε όλες αυτές τις διαστάσεις, βραχυπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα.

Ελπίζω να μπορέσουμε να ξεπεράσουμε στο δήμο μας αλλά και ευρύτερα στην Ελλάδα την τάση για μικροπολιτική χωρίς όραμα. Κι αυτό εξαρτάται τόσο από τους ΟΤΑ όσο και από τη νοοτροπία ημών, των απλών πολιτών!

**Εκπαιδευτικός με δραστηριότητα
στο χώρο των ιδιαίτερων
μαθημάτων επιθυμεί συστέγαση
στην περιοχή του Παπάγου
Χολαργού με εκπαιδευτικό
είτε με άλλες ειδικότητες.
Τηλέφωνο επικοινωνίας
6944966007**



ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΣ

ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΕΙ ΤΗΝ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

- ✓ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΩΝ
- ✓ ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΩΝ
- ✓ ΡΕΥΜΑΤΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΑΘΗΣΕΩΝ
- ✓ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΚΑΚΩΣΕΩΝ
- ✓ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΜΑΣΑΖ

ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ

ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ 6974405646 ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ

TECHpen

Γραφική ύλη Σχολικά

Είδη Δώρων

Περικλέους 56 - 155 61 - Χολαργός

Εμπορικό Κέντρο Holargos Center

Τηλέφωνο : 2130369895 - email : techpengr@gmail.com

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ



ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ: Ι.ΔΙΑΓΓΕΛΑΚΗΣ
 ΣΑΡΑΝΤΑΠΟΡΟΥ 10 ΧΟΛΑΡΓΟΣ
 6995340005 - 2106515060

24ΩΡΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

ΣΤΑΜΑΤΗΣ
 ΤΕΛΕΤΕΣ
 ΑΠΟΤΕΦΡΩΣΕΙΣ
 ΕΠΑΝΑΠΑΤΡΙΣΜΟΙ
 ΜΝΗΜΟΣΥΝΑ
 ΣΤΕΦΑΝΙΑ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ
 24ωρη ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

Τηλ: 2106563772 - 6937148087
 25ης ΜΑΡΤΙΟΥ 15, ΠΑΠΑΓΟΥ - ΧΟΛΑΡΓΟΣ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ
ΜΕΤΑΞΑ
 ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1924

Λ. ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ 267
 (4η στάση Χολαργού)
 Τ.: 210 69 21 204
 Κ.: 6944 29 31 32

• ΣΥΝΕΠΕΙΑ • ΕΓΓΥΗΣΗ • ΑΦΟΓΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ
 ΣΕ ΟΛΗ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ & ΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ

ΧΙΟΥ 55
 ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
 Τ.: 210 60 19 033
 Κ.: 6944 29 31 32

ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΟΛΟ ΤΟ 24ΩΡΟ

ΚΥΛΙΚΕΙΟ ΚΟΙΜΗΤΗΡΙΟΥ

- ▶ Αναλαμβάνουμε την Δεξίωση όπως επιθυμείτε
- ▶ Δεχόμαστε παραγγελίες για Δίσκους Μνημόσυνων
 - ▶ Γεύματα Τελετών σε Οικονομικές Τιμές
 - ▶ Μνημόσυνο επί Τάφου
 - ▶ Γεύμα κατά την Δεξίωση
 - ▶ Πλήρη Φροντίδα του Μνημείου



Τηλ. 6978 101 215



Κυλικείο

Σεβασμός στο παρελθόν όραμα για το μέλλον

Γράφει η Βασιλεία Ανδρακάκου Εκπαιδευτικός Αρσακείων Σχολείων



Τον Δήμο μας τον γνώρισα αρκετά χρόνια πριν αποφασίσω να γίνω μόνιμος κάτοικος του. Στα όμορφα χρόνια της ενασχόλησής μου με τον πρωταθλητισμό είχα την τιμή και την τύχη να είμαι αθλήτρια του.

Τότε ήρθα σε επαφή με έναν Δήμο διαφορετικό από ότι είχα συναντήσει μέχρι τότε. Έναν Δήμο που μπορεί να είχε μια πιο μικρή αυτόνομη ιστορία από τους άλλους αλλά είχε κάτι που σου έδινε την αίσθηση ότι είσαι κάπου που η ιστορία η τάξη η αρχοντιά και η κουλτούρα συνυπάρχουν αβίαστα. Για αυτό μάλλον συνειδητά και μη αποφάσισα το 1998 να γίνω δημότης του Γαλατικού αυτού χωριού που λάτρεψα. Ένα Γαλατικό χωριό που με πείσμα κρατούσε τον χαρακτήρα του πάρα την μανία των γύρω του για αλλαγή. Κόντρα στο ρεύμα της εποχής του ο Δήμος μας για πολλά χρόνια κρατούσε την αρχοντιά του.

Δασάκια πάρκα μεγάλοι δρόμοι άνετα πεζοδρόμια θέατρα γυμναστήρια χώροι πολιτισμού μια εικόνα που έδινε σε όλους μας μια σιγουριά ποιότητας και αρχοντιάς.

Μια εικόνα που μας ξεχώριζε από τους υπόλοιπους Δήμους. Σιγά σιγά όμως τα πράγματα άλλαξαν. Η μαγική λέξη ανάπτυξη εμφανίστηκε στην ζωή μας. Μόνο που οι αρχές του τόπου μας ξέχασαν κάτι σημαντικό. Για να κάνεις ανάπτυξη πρέπει να είσαι κομμάτι αυτών που έχουν πλάσει. Δεν μπορείς να αναπλάσεις κάτι που δεν κατανοείς. Έργα για τα έργα πάνω σε άλλα έργα χωρίς ουσία χωρίς σχεδιασμό χωρίς ουσία χωρίς ταυτότητα. Έργα δίπλα στην εγκατάλειψη μόνο για να φανούν λίγο και συνήθως σε προεκλογική χρόνια απλά για να ταλαιπωρούν εμάς και να αλλοιώνουν την εικόνα του Δήμου μας. Μια εικόνα που μόνο οπτική ρύπανση θα μπορούσε να χαρακτηριστεί. Ο πολιτισμός παρατημένος, ο αθλητισμός πρόσφυγας, ο σχεδιασμός ανύπαρκτος και η καθαριότητα τραυματισμένη. Ο κεντρικός σχεδιασμός δεν έχει όραμα δεν έχει σχέδιο δεν έχει την ωραία τρέλα του ανθρώπου που αγαπά. Δεν μπορείς να έχεις πολιτισμό με θέατρα κλειστά και έρη-

μα. Δεν μπορείς να έχεις αθλητισμό με χώρους αφύλακτους και παρατημένους. Δεν μπορείς να έχεις καθαριότητα όταν οι κάδοι μας είναι βρώμικοι και κατεστραμμένοι. Δεν μπορείς να έχεις κεντρικό σχεδιασμό όταν δεν έχεις πάθος και τρέλα. Όταν δεν αγαπάς αυτό που κανείς όταν δεν σε κατακλύζουν οι εικόνες του παρελθόντος και δεν έχεις το μεράκι να τις παντρέψεις με την πραγματικότητα του σήμερα. Φτάνουν πια οι αναπλάσεις από ανθρώπους χωρίς φαντασία όραμα και ιστορική γνώση.

Επαναφορά και επαναφορά σε αυτόν τον Δήμο που ζήσαμε αγαπήσαμε και αποφασίσαμε ότι θέλουμε τα παιδιά μας και τα παιδιά των παιδιών μας να μεγαλώσουν. Πρώτα θα σεβαστούμε αυτό που έπλασαν οι παλιοί και μετά θα αναπλάσουμε κάτι άλλο. Η εξουσία θέλει φαντασία αλλά και αρχές και γνώση και σεμνότητα. Όλα αυτά τα είδα στον Δημήτρη Οικονόμου στον Δημήτρη μας.

Προχωράμε όλοι μαζί μπροστά το μέλλον μας ανήκει γιατί ζούμε με πάθος το παρόν και γνωρίζουμε και σεβόμαστε το παρελθόν. Σας κοιτάμε στα μάτια γιατί μόνο έτσι ξέρουμε να κοιτάμε.

Η παιδεία ξεκινάει από το σπίτι



Της Γεωργίας Βλαζάκη

Από τη βρεφική ηλικία μέχρι την πρώτη μέρα στο σχολείο, η ζωή ενός παιδιού είναι κυρίως στο σπίτι. Γονείς, παππούδες

και φίλοι είναι οι πρώτοι δάσκαλοι. Όλα όσα μαθαίνουν έχουν τις ρίζες τους σε όλα όσα βλέπουν, ακούν και βιώνουν στο σπίτι. Το σπίτι αποτελεί το πρώτο περιβάλλον στο οποίο ένα παιδί έρχεται σε επαφή με τις κοινωνικές αξίες, τους κανόνες και τις συμπεριφορές. Η ποικιλία από ανθρώπους και εμπειρίες συμβάλλει στην ευρύτερη και πιο πλούσια εκπαίδευση του παιδιού. Οι γονείς έχουν τον πρωταρχικό ρόλο στη μετάδοση αυτών των αξιών και στην ενίσχυση των ικανοτήτων του παιδιού. Μέσα από την καθημερινή τους συμπεριφορά και

τις ενέργειές τους, τα παιδιά αντλούν γνώσεις για τον κόσμο γύρω τους.

Μέσα από τις συζητήσεις, τις ιστορίες και τα παραδείγματα που προσφέρουν οι γονείς, τα παιδιά αναπτύσσουν την κριτική τους σκέψη και την ικανότητα να αντιλαμβάνονται τη διαφορετικότητα και την ανοχή. Ο ρόλος του γονέα, πρωτίστως, αφορά τη μετάδοση της γνώσης μέσω των πράξεων. Ενώ αυτό που λέμε στα παιδιά μας έχει σίγουρα σημασία, αυτό που κάνουμε έχει μεγαλύτερη επίδραση. Πρέπει να τους διδάξουμε τα βασικά των καλών τρόπων. Να τους δείξουμε τη σημασία της ταπεινοφροσύνης όποτε υπάρχει ευκαιρία. Το πιο σημαντικό όμως είναι να αποφεύγουμε κάθε είδους έντονες αντιπαραθέσεις, με οποιονδήποτε παρουσία των παιδιών μας. Η διασφάλιση αυτών των μικρών πραγμάτων είναι κάτι περισσότερο από μια καλή αρχή για καλή εκπαίδευση στο σπίτι.

Μέσα στο σπίτι τα παιδιά διδάσκονται τη σημασία της προσπάθειας και της επιμονής. Οι γονείς μπορούν να ενθαρρύνουν τα παιδιά τους να εξερευνούν τις δυνατότητές τους, να αναπτύσσουν τα ενδιαφέροντά τους και να διευρύνουν τους ορίζοντές τους. Ότι λαμβάνει ένα παιδί στο σπίτι θέτει τις βάσεις για τη μελλοντική του ανάπτυξη και επιτυχία. Οι αξίες, οι γνώσεις και οι δεξιότητες που αποκτά από το οικογενειακό περιβάλλον τον καθοδηγούν στο δρόμο της ενηλικίωσης και της επιτυχίας. Έτσι, μπορούμε να πούμε με βεβαιότητα ότι η παιδεία πραγματικά ξεκινάει από το σπίτι.

Ένας ενήλικας του μέλλοντος είναι αποτέλεσμα της ανατροφής του παρόντος. Εύκολα, μάλιστα, θα μπορούσε να πει κανείς χωρίς καμία αναστολή ότι εμείς ως γονείς είμαστε υπεύθυνοι για την κοινωνία.

Το μέλλον των παιδιών μας αξίζει αυτή την προσπάθεια. Δεν είναι;

**ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ
ΑΝΕΛΚΥΣΤΗΡΩΝ**

- ✓ ΜΕΛΕΤΕΣ
- ✓ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ
- ✓ ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΗ
- ✓ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Ναυπλίου 29 Άγιος Δημήτριος
info@ilift.gr www.ilift.gr
2109713124



Ο Συμπολίτης – (Ακόμη μια φορά) Περί Ασφαλείας

Του Γρηγόρη Μαλούκου

Ανεβαίνοντας προ ημερών προς το ανοικτό πάρκινγκ της πολυκατοικίας στην οποία κατοικώ, συνάντησα συ-

γκάτοικο η οποία συνομιλούσε με κάποιον επαγγελματία κατασκευαστή περιφράξεων. Η κυρία μου είπε απλά ότι, όπως είχαν ακουστεί επίμονες φήμες για ανάλογα περιστατικά στην (όχι και τόσο) Νέα (πλέον) Περιοχή Παπάγου (όπως πολλάκις και στο Χολαργό) συνέβη και σε εμάς, όπου συμμορία νεαρών και πιθανότατα ανηλίκων έσπασε τους υαλοπίνακες αυτοκινήτων με το σκοπό της αφαίρεσης οτιδήποτε θα μπορούσε να αφαιρεθεί για οποιοδήποτε λόγο. Αυτό δε, συνέβη Σάββατο βράδυ, όπου τα «παιδιά» προφανώς βγήκαν για τη σαββατιάτικη νυχτερινή βόλτα τους.

Για να μη μιλήσω για το βίντεο όπου επαγγελματίας έβλεπε και τραβούσε με το κινητό του τη σκηνή που οι ληστές άδειάζαν τον εξοπλισμό από το επαγγελματικό φορτηγάκι που είχε έξω από το σπίτι του...

Έρχεται λοιπόν η στιγμή που αντιλαμβάνεσαι ότι μπορεί να γίνεις και εσύ θύμα βίας, νιώθοντας ευάλωτος και μαλθακός,

μετά από τόσα χρόνια σχεδόν αυτονόητης ασφάλειας στην «καλή περιοχή» που ζεις και τα Δημοτικά Τέλη αλλά και Φόρους που χρυσοπληρώνεις, ενώ μαθαίνεις ότι ανακαλύφθηκαν πρόσφατα 2.500 αστυνομικοί που σταδιακά είχαν «χαθεί» σε γραφεία» ενώ έπρεπε να περιπολούν στο δρόμο...

Ταυτόχρονα θεωρείται σημαντική η δικτύωση αυτοάμυνας με τη χρήση τεχνολογίας, όπου πρέπει να δίνουμε σε κάποιο φιλικό μας πρόσωπο τη θέση που βρισκόμαστε μέσω του Google Maps, ώστε να υπάρξει άμεση αντίδραση από κάποιον, όπου και αν βρισκόμαστε. Ιδίως στο προάστειό μας. Το οποίο δόξα τω Θεώ, έχει αρκετά σκοτεινά σημεία, πάρκα και οτιδήποτε άλλο όπου μπορεί να γίνουμε θύματα επίθεσης, ενώ τα περιστατικά αυξάνονται.

Έτσι, οι περισσότεροι κάτοικοι του Παπάγου και το Χολαργό βλέπουν ότι ένας αόρατος κλοιός απειλών στενεύει, και ότι τα εν πολλοίς ακόμα υφιστάμενα πλεονεκτήματα χαμηλής πυκνότητας δόμησης και μεγάλων εκτάσεων πρασίνου, γίνονται τελικά μειονεκτήματα, και παγίδες για την περιουσία, ή ακόμα και τη σωματική τους ακεραιότητα.

Δεν μπορώ όμως να κλείσω το παρόν दूसάριστα αφυπνιστικό σημείωμα, χωρίς να

αναφέρω ότι κάπου κάτι ξεχάσαμε. Και κάποιοι αφελείς πιθανόν να αναρωτηθούν γιατί θα πρέπει να μάθουν αυτοάμυνα (όσοι μπορούν) και τεχνικές διόπτευσης χώρου που χρησιμοποιούν οι ειδικές δυνάμεις (μήπως να πάρουμε και οπτήρες υπέρυθρων... νυκτός;) Διότι οι παλαιοί θυμούνται ότι υπήρχε κάποτε μια, νεφελώδης τώρα στη μνήμη, οντότητα -σύντομο ανέκδοτο πλέον- η οποία λεγόταν «αστυνομία».

Α ναι, τη θυμήθηκα όταν περνώντας από την οδό Πίνδου, είδα ότι στο οικόπεδο του καταργηθέντος και κατεδαφισθέντος πλέον πρώην τμήματος Ασφαλείας Παπάγου, θα αναγερθεί κατά τα ειωθότα, μια πολυτελής οικοδομή - «συγκρότημα πολυτελών κατοικιών» της οποίας οι κάτοικοι, αν και όταν έρθουν, θα μάθουν τι εστί βερίκοκο, αν ο μη γένοιτο μπουν και αυτοί στο κλίμα...

Μα θα έπρεπε -θα μου πείτε- να γράψω μετ' επιτάσεως ότι οι τοπικές αρχές πρέπει να πιέσουν προς την κατεύθυνση της ενίσχυσης της ασφάλειας του Παπάγου-Χολαργού. Ναι, θα έπρεπε. Την ώρα όμως που γράφονται αυτές οι γραμμές είναι Σάββατο βράδυ, και δεν θέλω να συγχυστώ πριν τη βραδινή μου έξοδο. Ας ελπίσουμε τουλάχιστον να επιστρέψω ασφαλής...

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

ΚΟΥΡΕΜΑ		ΧΤΕΝΙΣΜΑ		ΒΑΦΗ	
Παιδικό	8€	Κοντό	12€	Ρίζα	25€
Ανδρικό	10€	Μεσαίο	14€	Κοντό	25€
Γυναίκειο	16€	Μακρύ	16€	Μεσαίο	30€
				Μακρύ	40€

ΜΑΝΙΚΙΟΥΡ		ΠΕΝΤΙΚΙΟΥΡ	
Απλό	10€	Απλό	15€
Ημιμόνιμο	15€	Ημιμόνιμο	20€

Στοιχεία επικοινωνίας
Μέτωνος 57-59 Χολαργός
Τηλέφωνο 2106515923

ΕΛΑΣΤΙΚΑ · SERVICE ΕΛΑΣΤΙΚΩΝ
ΝΙΚΟΣ ΚΟΠΑΝΟΣ

- ✓ Ζάντες
- ✓ Ελαστικά
- ✓ Ζυγοστάθμιση
- ✓ Ευθυγράμμιση
- ✓ Αμορτισέρ - Ελατήρια

ΛΕΩΦ. ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ 186, ΧΟΛΑΡΓΟΣ
ΤΗΛ.: 210 65 36 682 / FAX: 210 65 43 274
f Ελαστικά ΝΙΚΟΣ Κόπανος

Προβληθείτε στην Εφημερίδα μας
Τηλ. Επικοινωνίας 6976 582 976
Μαρία Βραχνέλη

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΕΡΚΙΔΑ



Της ΜΑΡΙΑΣ ΒΡΑΧΝΕΛΗ

ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΣ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ
ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΥ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΙΣΤΟΡΙΑ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ
ΤΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

Τμήμα Αγωνιστικής Ρυθμικής ΓΑΣ Με 7 Μετάλλια γύρισαν οι αθλήτριες μας από τους διεθνείς αγώνες

Στο 5ο Διεθνές Τουρνουά Ρυθμικής Γυμναστικής "ERKYNA CUP 2024" που διοργανώθηκε από τον Γ.Α.Σ Λιβαδειάς τα κορίτσια του Αγωνιστικού Τμήματος του Συλλόγου για άλλη μια φορά βρέθηκαν στα μετάλλια και στην 8κτάδα.

Αναλυτικότερα:

Γυναίκες:

Κονιστή Μαρία-Στέλλα: 5η θέση σύνθετο ατομικό με 26,600, 2η θέση μπάλα με 15,800, 8η κορίνες με 10,800

Νεάνιδες:

Μανωλοπούλου Ελισάβετ: 2η θέση σύνθετο ατομικό με 76,800, 4η θέση κορίνες με 24,550, 3η θέση μπάλα με 25,100, 2η θέση στεφάνι με 27,150

Φιλιππάτου Κλειώ: 14η θέση σύνθετο ατομικό με 60,000, 17η θέση κορίνες με 19,000, 15η θέση μπάλα με 19,900, 14η θέση στεφάνι με 21,100

Φέρρα Εστέλλα: 15η θέση σύνθετο ατομικό με 62,700, 15η θέση μπάλα με 20,100, 20η θέση στεφάνι με 20,250, 12η θέση κορίνες με 21,350

Καλιντέρη Αναστασία-Ευαγγελία: 29η θέση σύνθετο ατομικό, 29η θέση κορίνες με 14,750, 27η θέση στεφάνι με 19,150, 21η θέση μπάλα με 18,850

Κορασίδες:

Φέρρα Εμμανουέλα-Αλέσια: 1η θέση σύνθετο ατομικό με 45,350, 1η θέση μπάλα με 24,200, 2η θέση στεφάνι με 21,150

Ζαβιτσάνου Χριστιάννα: 8η θέση σύνθετο ατομικό με 36,850, 5η θέση κορίνες με 17,950, 3η θέση σχοινί με 18,900

Κωνσταντινοπούλου Αλεξάνδρα: 10η θέση σύνθετο ατομικό με 30,400, 5η θέση στεφάνι με 16,700, 6η θέση μπάλα με 13,700



Α΄ ΕΣΚΑ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

17η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Α.Κ.Ο ΑΡΗΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ – Α.Ε.Ν

ΚΗΦΙΣΙΑΣ: 60 – 40



Άλλη μία νίκη πρόσθεσε η ομάδα του Α.Κ.Ο ΑΡΗΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ, απέναντι στην μαχητική ομάδα της ΑΕΝ ΚΗΦΙΣΙΑΣ μετά την άνετη επικράτηση με σκορ 60 – 40. Η ομάδα φιγουράρει στην ΠΡΩΤΗ ΘΕΣΗ της βαθμολογίας έχοντας το εκπληκτικό σερί των 17 νικών σε αντίστοιχους αγώνες.

Α.Σ ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ ΠΑΠΑΓΟΥ



Στο διεθνές πρωτάθλημα (Roomsae) 11th TURKISH OPEN 2024, το οποίο διεξήχθη στις 08 Φεβρουαρίου 2024 στην πόλη Αττάλεια της Τουρκίας με πολυπληθή συμμετοχή σε όλες τις κατηγορίες και συμμετοχές από συλλόγους από όλο τον κόσμο η αθλήτρια Μαριλένα κατάφερε να κατακτήσει την 3η θέση και το χάλκινο μετάλλιο στην κατηγορία των Female Under40.

Πολύτιμες εμπειρίες, ένα Ασημένιο μετάλλιο και τέσσερις 5ες θέσεις, απέδωσε η συμμετοχή του Συλλόγου στο 6th Andreas Yiallouros Open Taekwondo Tournament, το οποίο διεξήχθη στην Λάρνακα της Κύπρου, στις 10 και 11 Φεβρουαρίου για φιλανθρωπικό σκοπό.

ΤΟΞΟΒΟΛΙΑ ΓΑΣΧ

Με καλές επιδόσεις, θέσεις και μετάλλια επέστρεψαν οι αθλητές και αθλήτριες, από το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κ.Χ. που έγινε στον Κολινδρό Πιερίας (Κατερίνη) 17-18/02/2024. Αναλυτικότερα: Ζαντιώτης Χατζούδας Ιωάννης: 3η θέση και Χάλκινο μετάλλιο στο Σύνθετο Τόξο Ανδρών Α. Σαούλος Ιωάννης: 5η θέση στο Σύνθετο Τόξο Ανδρών Α. Ζέρβας Χάρης: 7η θέση στο Σύνθετο Τόξο Ανδρών Α. Γαγάνη Θεοδώρα: 8η

θέση στο Σύνθετο Τόξο Γυναικών Α. Σαούλος Ιωάννης – Ζαντιώτης Χατζούδας Ιωάννης – Ζέρβας Χάρης: 1η θέση και Χρυσό μετάλλιο στο Ομαδικό Σύνθετο Τόξο Ανδρών Α. Σαούλος Ιωάννης – Γαγάνη Θεοδώρα: 3η θέση και Χάλκινο μετάλλιο στο Μικτό Σύνθετο Τόξο Ανδρών – Γυναικών.

Συμμετοχή είχαν επίσης στα ατομικά αγωνίσματα της κατηγορίας τους οι: Γερακάρης Κωνσταντίνος και Θεμελής Φίλιππος αφήνοντας υποσχέσεις για το μέλλον.

Στο πλευρό των αθλητών μας ήταν η Προπονήτρια του συλλόγου μας Κα Τσακίρη Αναστασία.

ΣΤΙΒΟΣ ΓΑΣΧ



Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Κλειστού Στίβου (short track) Ανδρών -Γυναικών, Στάδιο Ειρήνης και Φιλίας, Σάββατο και Κυριακή 17-18/2/2024.

Στη σφαιροβολία των Ανδρών ο πρωταθλητής μας Θεοφάνης Μαυροδοντης πήρε την 4η θέση με επίδοση 16.30μ χάνοντας για λίγα εκατοστά το χάλκινο μετάλλιο.

Ο Γιάννης Ζαχαρίας στο έπταθλο στάθηκε άτυχος αφού δεν κατάφερε να τερματίσει στα 60μ. εμπόδια κάτι που τον εμπόδισε να διεκδικήσει ένα μετάλλιο και κατέλαβε τελικά την 7η θέση με 3862 βαθμούς (60μ. 7"13, Μήκος 6.55μ, Σφαίρα 11.38μ, Ύψος 1.75μ, Επί κοντώ 3.80μ και 1000μ. 3'06"76).

Η Αναστασία Καρέλα με εξαιρετική εμφάνιση στα 400μ. πήρε την 8η θέση με νέο ατομικό ρεκόρ κλειστού στίβου 58"24.

Ο Γιώργος Λαγός σε ακόμη μια σταθερή εμφάνιση πέτυχε στα 60μ. 7"18 και στα 200μ. 22"95.

Η Δήμητρα Μπακοπούλου στο πένταθλο κατέλαβε την 11η θέση με 2437 βαθμούς (60μ. εμπόδια 10"96, Ύψος 1.29μ, Σφαίρα 10.74μ, Μήκος 4.26μ και 800μ. 2'42"23).

Η Ζωή Λιούγκου στα 60μ. ισοφάρισε το φετινό της ρεκόρ κάνοντας 8"45.

Η μικτή σκυταλοδρομία αποτελούμενη από τους Γιάννη Πέτσα, Χρύσα Χουδελουδη, Τάκη Αποστολόπουλο και Θεοδώρα Ζαχαράκη πήρε την 8η θέση με επίδοση 4'07"54.

Ο Παναγιώτης Σκαρμέας που ανήκει στην κατηγορία Κ18 πήρε μέρος στον προκριματικό του ύψους αλλά δεν κατάφερε να περάσει για λίγο το αρχικό ύψος 1.80μ και δεν πέρασε στον τελικό.

Τέλος, ο μικρός της παρέας Ιμπραήμ Μαμπούχ, συμμετείχε στα 60μ. Κ16 και πέτυχε χρόνο 7"57 καταλαμβάνοντας την 11η θέση.



ΓΡΑΦΕΙΑ ΤΕΛΕΤΩΝ ΣΤΑΥΡΑΚΑΚΗ

μαζί σας με σεβασμό...

Οργάνωση:

**ΕΠΙΚΗΔΕΙΩΝ ΤΕΛΕΤΩΝ, ΑΠΟΤΕΦΡΩΣΕΩΝ,
ΜΝΗΜΟΣΥΝΩΝ και ΕΠΑΝΑΠΑΤΡΙΣΜΩΝ**

📍 Λ.Μεσογείων 325

☎ 210 65 42 000 - 6987 17 17 17

🖱 www.staurakaki.gr

📷 stavrakakisfuneralhome



ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟΝ

Ο Άρχοντας

delivery

210 65 48 488 - 210 65 15 532
 25th Μαρτίου 3, Χολαργός
info@archondasouvlaki.gr